

## 臺北市北投區文林國民小學新聞稿

單位：臺北市北投區文林國民小學

地址：臺北市北投區文林北路 155 號

聯絡人：學務主任傅碧琴

聯絡電話：2823-4212#300

0937-008-762

傳真號碼：2823-5854

【發稿日期】107 年 11 月 21 日

【主 題】游出健康與友誼-第十五屆文林盃校際游泳邀請賽

【時 間】107 年 11 月 23 日（星期五）上午 8：00-13：30

【活動地點】臺北市北投區文林北路 155 號室內溫水游泳池

【主 持 人】蔡校長新淵

每年文林國小在第 1 學期初最大的泳壇盛會就是【文林盃】校際游泳邀請賽，也是每年北區運動會的「熱身賽」。邁入第十五屆的文林盃校際游泳邀請賽，將於 11 月 23 日(週五)上午 8 時 50 分舉行開幕典禮後，進行緊張刺激的男女童各項的競賽。今年共計 19 所學校 201 位的游泳健報名參加，競爭之激烈、令人期待。各項前三名選手將頒發獎牌、獎狀；第四名至第六名則頒發獎狀，另外設有團體前五名總錦標(男女童合併計算)，頒發獎盃鼓勵。

游泳技能一直是本市大力推動的體育政策之一，也是本校的重點運動項目，本校自二年級即實施班級「游泳教學」，每年每班 16 節游泳課程，更規劃二至六年級兒童學習護照游泳能力認證。本校自 97 學年度成立以游泳、網球項目的體育班後，體育班及低中年級游泳隊在北區運動會、市小運、臺北市青年盃、中正盃、全國總統盃、全國小學分級、全國北區分齡游泳賽……等等大大小小比賽中大放異彩，勇奪多座獎盃與獎牌。自 97 學年度迄今，共獲得 55 座團體

獎盃、1136 面金銀銅獎牌，34 項破大會記錄。臺北市政府體育局基層運動選手訓練站每年的審核，本校游泳隊亮眼的比賽成績均列為國小組第一級。本校體育班游泳隊校友亦有相當優異的表現，第四屆劉姵廷、第五屆劉姵吟、楊宇翔、林芯宇、第七屆楊宇晴等同學，目前在國高中繼續訓練，並有亮眼的成績，其中年僅 13 歲當時就讀南門國中二年級的楊宇晴同學，106 年 10 月 23 日代表臺北市參加全運會游泳比賽的楊宇晴同學更勇奪女子 800 公尺自由式金牌，創下 106 年全運會游泳比賽奪金年齡最小的選手；107 年 4 月楊宇晴同學參加全中運榮獲 3 金 1 銀，800 公尺自由式金牌並破大會記錄，這是本校向下扎根努力推動基層游泳的成效。

游泳不僅能讓人獲得健康的體魄，而且能雕塑體形，因為游泳時四肢肌肉處於不停頓的收縮和舒張運動之中，能量消耗大，可消除體內多餘的脂肪，同時，四肢及全身肌群也能得到很好的鍛鍊，使肌肉結實而富有彈性，對正值發育、長高關鍵時期的小朋友來說，是一舉數得的全身性體能活動。希望藉由文林盃校際游泳邀請賽的舉辦，能聯絡各校選手情誼，提升士林區、北投區各校的游泳競技實力，更引導各校學生提高對游泳學習的興趣，進而達到國小學童游泳技能向下扎根的目標及願景。

~~誠摯歡迎媒體朋友採訪報導~~